Der Weg nach Innen

Eine Anleitung zur Meditation
für den Menschen der Gegenwart

Von

Erich Lotz

Inhalt: Unsere religiöse Aufgabe heute / Konzentration als Voraussetzung religiöser Innenerziehung / Die Steigerung der Konzentration zur Meditation / Verschiedene Meditationsmöglichkeiten / Das Ziel der Meditation

87

HV2335 L

EX-
LIBRIS
AMERICAN FOUNDATION
FOR THE BLIND INC.

Der Weg nach Innen

Der Weg nach Innen

Eine Anleitung zur Meditation
für den Menschen der Gegenwart

Von

Dr. theol. Erich Lotz

Im Furche-Verlag / Berlin

HV2335
L
copy 2

Heft 87

der „Stimmen aus der deutschen christlichen Studentenbewegung"

Alle Rechte, einschließlich das der Übersetzung, vorbehalten
Furche-Verlag G. m. b. H., Berlin
1933

Inhaltsübersicht

Seite

Einleitung: Unsere religiöse Aufgabe heute 9

Aktion und Passion im religiösen Leben. Die Forderung der Innenerziehung.

I. Konzentration 11

Konzentration als Voraussetzung religiöser Innenerziehung. Die Konzentration und das Beten. Aufgaben und Möglichkeiten für den religiösen Erzieher. Planmäßige Übungen. Die „psychokritische Methode". Geistesdisziplin im religiösen Leben der Jahrhunderte. Yoga in Indien. Die christliche Mystik des Mittelalters. Ignatius von Loyola.

II. Meditation 21

Die Steigerung der Konzentration zur Meditation. Friedrich Rittelmeyers „Meditation". Das Wesen der Meditation. Die Notwendigkeit der stufenweisen Schulung. Die reformatorische Frömmigkeit und die Meditation. „Selbsterlösung?"
Die Methode der Mystik. Katholische religiöse Innenpädagogik.

III. Die Praxis der Meditation 31

Verschiedene Meditationsmöglichkeiten. Das Vaterunser. Weiteres zur Abend-Meditation. Die Morgen-Meditation. Der Weg der drei Stufen.

Schluß: Das Ziel der Meditation 37

Abgrenzung gegen die Mystik. Aktivität. Zurück zur Welt! Das Christus-Ich.

„Ihr sollt brennen!
Nicht wie Asketen,
Die in Gebeten
Nur sich bekennen,

Nein! Wie Soldaten
Die tief in Gräben
Gebete l e b e n
Durch ihre T a t e n!"

Wisset ihr nicht, daß die, so in den Schranken laufen, die laufen alle, aber Einer erlanget das Kleinod? Laufet nun also, daß ihr es ergreifet.

Ein jeglicher aber, der da kämpfet, enthält sich alles Dinges; jener also, daß sie eine vergängliche Krone empfangen, wir aber eine unvergängliche.

Ich laufe aber also, nicht als aufs Ungewisse; ich fechte also, nicht als der in die Luft streichet;

Sondern ich betäube meinen Leib und zähme ihn, daß ich nicht den anderen predige und selbst verwerflich werde. 1. Kor. 9, 24–27.

Digitized by the Internet Archive
in 2014

https://archive.org/details/wegnachinneneine00eric

Einleitung: Unsere religiöse Aufgabe heute

Aktion und Passion im religiösen Leben

Wie kann der heutige Mensch, dem die Christuswelt so fern und fremd scheint, zu ihrem Erlebnis kommen? „Nur durch Gnade", antwortet der Theologe, der alles eigene Tun als Menschengerechtigkeit und sündige Hybris verwirft. Kann aber wirklich passives, tatloses Warten die rechte innere Haltung sein, um für die Gnade Gottes vorbereitet zu sein, wann immer sie sich schenken will? Fordert das neue Verständnis des Christentums, das in unserer Zeit erwacht ist, nicht auch ein neues Eindringen in die Wirklichkeit, die hinter dem Wort „Gnade" steht?

Die Epoche der religiösen Passivität ist vorüber. Das heroische Ringen, das heute die seelische Haltung auf allen Gebieten des Lebens bestimmt, durchdringt auch die Sphäre religiösen Erlebens und stellt auch hier den kämpferischen Menschen in den Vordergrund, der darum ringt, seinen Willen in Einklang zu bringen mit dem Willen Gottes, nicht nur als einen Akt stummer Unterwerfung, sondern damit Gott seine Taten durch ihn hindurch wirken kann.

Das fordert eine innere Aktivität, eine Arbeit an der eignen Seele, wie sie intensiver nicht gedacht werden kann! Jedes passive Zuwarten, jedes Sich-Bescheiden mit dem Zustand einer Gottesferne wird zur schwersten Schuld. Der tätige, männliche, progressive Geist, der das entscheidende Merkmal unserer Epoche ist, muß sich hier zunächst einmal in entscheidender Wendung ganz nach innen kehren, um die Aufgabe religiöser Innenerziehung in Angriff zu nehmen auf dem einzigen Wege, der die Seele der Wirkung göttlicher Kräfte erschließen kann: dem Wege der Meditation, der hingebenden Versenkung in eine geahnte Gotteswelt.

Hier findet jene geheimnisvolle Verbindung statt zwischen einer ge-

steigerten Aktivität, die den Menschen ganz und ungeteilt fordert, und einer letzten Hingabe, die Verzicht auf jedes eigenmächtige Menschentun ist, die nur noch Lauschen und Stillesein ist. Denn die Wahrheit des religiösen Lebens liegt weder einseitig in der bloßen Passivität noch in der reinen Aktivität, sondern in einer unlöslichen Durchdringung von Erleiden und Tun. „Es gibt . . . nicht nur die Sehnsucht nach jenem ungebrochenen Heldentum, das im unmittelbaren Sinn mit ganzer Seele wirkt, sondern auch die Ahnung von jenem anderen Heldentum, dessen Geheimnis die Flamme des Altars ist."[1]

Die Forderung der Innenerziehung

Die Aufgabe religiöser Innenerziehung muß gewagt werden, trotzdem die Hemmungen, die ihr auch in der heutigen Zeit noch entgegenstehen, fast unüberwindlich zu sein scheinen. Gerade das, was die Kraft aller religiösen Naturen in hervorragendem Maße ausmacht: Die Fähigkeit der inneren Sammlung, der Konzentration der Seele auf die göttliche Welt, das fehlt uns in einem erschreckenden Maße. Eine lärmende Unruhe planlos umherirrender, zufälliger Gedanken, die nach Willkür im offenen Haus der Seele aus- und einflattern und durcheinanderschwirren, eine Zerstreutheit und Zerfahrenheit der Gefühle und der Willensstrebungen, die an der Oberfläche bleiben und nicht den Mut haben, in die Tiefe hinunterzusteigen, kennzeichnet auch heute noch den Durchschnittsmenschen, dem in der verwirrenden Fülle der täglichen Eindrücke die Fähigkeit zur inneren Sammlung verlorengegangen ist. Noch schwerer wiegt, daß oft selbst jeder Wunsch, jedes Bedürfnis nach Einkehr in sich selbst und nach Versenkung in eine göttliche Welt erstorben zu sein scheint, und wo sich doch noch eine dunkle Sehnsucht danach regt, ist durch eine Entwöhnung seit Generationen der Weg verschüttet, der herausführen könnte aus dem Wirrsaal hetzender Tagespflichten.

An diesem Punkt muß eine Erziehung, die dem Menschen wieder die religiösen Quellen aufzeigen möchte, einsetzen und ihm überhaupt erst einmal wieder die Möglichkeit innerer Arbeit an sich selbst erschließen, die Möglichkeit, sein Ich zurückzuziehen aus dem Lärm der Umwelt, in den es sich zur Betäubung stürzte.

I

Konzentration

Konzentration als Voraussetzung religiöser Innenerziehung

Wir müssen hier einen kurzen Blick werfen auf das Wesen der Konzentration. Wenn Heiler („Das Gebet") sie beschreibt als Vorstufe der Kontemplation, so hat er sofort den Mystiker mit seinem bestimmten Ziel im Auge, und der Begriff der Konzentration ist dadurch von vornherein inhaltlich religiös bestimmt, so daß sich die Grenzen zur mystischen Versenkung nicht klar unterscheiden lassen. Konzentration ist aber, genauer bestimmt, einfach eine Methode, eine „Technik" der Seelenerziehung, während die Ziele, auf die sich das konzentrierte Ich dann richtet, ganz verschiedener Art sein können. Grundsätzlich ist jedes beliebige Ziel der Außen- und Innenwelt möglich, ja das Ich kann sogar, losgelöst von jedem Objekt, gleichsam zwischen Himmel und Erde schwebend, in einer dämonischen Konzentration sich in absolute Ich-Einsamkeit verkrampfen und verzweifelt um die eigene Leere und Kraftlosigkeit kreisen.

So ist die Konzentrationskraft des Ich zunächst noch ganz unabhängig von einem religiösen Objekt; sie besteht einfach darin, daß der Mensch alle seine in mannigfaltigster Richtung zerstreuten Kräfte, alle Strahlen seiner Aufmerksamkeit, seines Gemütes, seines Geistes auf einen einzigen Brennpunkt sammelt, sich ganz in sich selbst zusammenzieht unter Ausschaltung alles dessen, was von dieser einen Blickrichtung ablenken könnte. So schafft er sich Ruhepunkte, zu denen er oftmals am Tag mit seinen Gedanken zurückkehren kann. Da das seelische Leben aus unendlich vielen Strömungen besteht, die alle durcheinanderfluten, bedarf es zu dieser Aufgabe der inneren Zucht vor allem einer gestrafften Willenshaltung, die unbeirrt auf ihr Ziel zustrebt.

Der Mensch der heutigen Zeit, der erfüllt ist von der Aktivität, die sich nicht mehr der Maschine, der Masse, dem ehernen Gesetz unterord-

nen will, sondern, anstatt sich treiben zu lassen, verantwortlich vor sich selber und innerlich frei seine Kräfte sammelt zu immer neuer Leistung — er sieht, daß alle erfolgreiche Tätigkeit von der Steigerung seiner Fähigkeiten durch Konzentration abhängt, ob er nun an der Ausbildung seiner eigenen Persönlichkeit arbeitet oder in die Umwelt hineinwirken will im Sinne einer restlosen Hingabe aller gesammelten Kräfte an das Volksganze. Jede Vertiefung, jede Intensivierung seiner Wirksamkeit setzt eine gesteigerte Sammlung seiner geistigen Kräfte voraus. Wer auf diesem Gebiet dem Suchen des modernen Menschen mit praktischen Ratschlägen entgegenkommt, findet eine überraschende Bereitschaft, sich bei der Aufgabe der Beherrschung des chaotischen Innenlebens helfen zu lassen.

Die Konzentration und das Beten

Solche innere Gedankenzucht, die dem Religiösen gegenüber vorläufig indifferent ist, enthält aber zugleich eine unerläßliche pädagogische Vorbedingung, um überhaupt wieder ein Organ für die religiöse Welt zu bekommen. Was nützt es dem Menschen, der die Fähigkeit zur Konzentration nicht mehr besitzt, wenn er zur Hilfe in seinen inneren Nöten auf das Gebet hingewiesen wird? Selbst bei innerer Bereitschaft dazu würde es ihm durch die Eigenwilligkeit seines undisziplinierten Denkens unmöglich gemacht, sich zu wirklichem Beten innerlich zu sammeln. Sein Beten wird beständig durchkreuzt und gestört durch die zerflatternden und fremdartigen Gedanken, die immer wieder bewußt zurückgerufen werden müssen auf den Pfad des Gebets. Hier liegt eine ganz große Not weitester Kreise vor, die viel zu wenig beachtet wird und zu deren Abhilfe es an geeigneten Ratschlägen weithin fehlt. Man hat diese Aufgabe dadurch abgeschoben, daß man in ihr von dogmatischen Voraussetzungen aus einen psychologistischen Abweg zu sehen glaubte.

Auf dem Gebiet der Willensstählung durch Konzentration, das von den Religionspädagogen so sehr vernachlässigt worden ist, sind allerdings von ganz anderer Seite her planmäßig Methoden ausgearbeitet worden, die aber in den Dienst irdischer Erfolgsziele gestellt wurden. Wenn dabei der „Lebenserfolg" als Zustand der erreichten äußeren und inneren

Harmonie aufgefaßt wird unter Einschluß hoher ethischer Ziele und umfassender Persönlichkeitsbildung, so erklärt sich die starke Anziehungskraft, die dies Ideal der Konzentration aller inneren Kräfte auf den Menschen ausübt, der nach einem Halt sucht und sich nach einem Ruhepunkt in seinem dahintreibenden Leben sehnt. Die großen Auflagen, die solche Bücher in unserer Zeit finden, deuten darauf hin, daß es sich hier wirklich um einen Notstand handelt und daß die zu seiner Hilfe dargebotenen Mittel psychologischen Bedürfnissen und Gesetzen entsprechen.

Aufgaben und Möglichkeiten für den religiösen Erzieher

Es muß auch für den religiösen Erzieher von größtem Interesse sein, die Möglichkeiten dieses Weges kennenzulernen, um sie wieder in Seelsorge und Unterricht fruchtbar machen zu können. Es gibt auf diesem Gebiet so manche kleinen Hilfsmittel, die unbedeutend und äußerlich scheinen und doch in ihrem Zusammenwirken die innere Einstellung des Menschen von Grund auf wandeln können. Nichts darf hier zu gering erscheinen, vor allem nicht die körperliche Grundlage aller Konzentrationsfähigkeit, die Gesunderhaltung und Schonung der Nervenkraft durch Pflege der körperlichen Gesundheit: rechte Ernährung, genügend Schlaf, Atemübungen, Gymnastik, Maßhalten und Selbstbeherrschung. An wertvollen Ratschlägen für eine gesunde und maßvolle Körperkultur fehlt es ja heute nicht.

Das ist freilich nur die erste Vorstufe, auf der sich dann die Zucht der Seele aufbauen muß, die sich in ganz bewußter Lebensführung äußert. Hat der Mensch sich ein ernstes und großes Ziel gestellt, um es mit Konzentrierung aller seiner Kräfte zu erreichen, so bejaht er damit sogleich alle Mittel, die auf dem Wege zum Ziel vorwärtshelfen. Er erkennt den Wert des stufenweisen Aufstiegs, der von einem Teilziel zum nächsten konsequent und beharrlich weiterführt, wenn der Mut und das Vertrauen nicht erlahmen. Besonders wichtig ist die bewußte und planmäßige Regelung des ganzen Tageslaufs, wozu auch Kleinigkeiten gehören: bewußtes regelmäßiges Erwachen morgens und rechtzeitiges Aufstehen ohne jede Hast, systematische Einteilung und Ordnung der vorgenommenen

Arbeit und auch der Stunden der Muße und Weiterbildung. Die Grundlage solcher Lebensweise ist die ehrliche Prüfung der eigenen Charakterschwächen und bewußte Selbsterziehung mit ganz bestimmten, begrenzten Vorsätzen am Morgen und Rechenschaftsablegung vor sich selbst am Abend, evtl. mit Hilfe schriftlicher Aufzeichnungen in einem Tagebuch zur Kontrolle. Ärger, Hast, Unruhe, Gedächtnisschwäche, negative Gedanken darf es für den zielsicheren Menschen nicht geben; er muß solche Schwächen in bewußtem Arbeiten an sich selbst nach und nach überwinden, und er kann es auch, wenn ihm die Gesetze des Seelenlebens klar geworden sind.

Planmäßige Übungen

Dazu muß die direkte Beeinflussung und Steigerung der Konzentrationsfähigkeit durch planmäßige Übungen treten. Es gehört auch hierzu eine geduldige Kleinarbeit, die es sich nicht verdrießen läßt, zunächst mit einfachsten Hilfsmitteln in immer wiederholten Übungen die ungeteilte Aufmerksamkeit auf einen ganz bestimmten Vorgang zu richten, damit die Gedanken nicht wie aufgestörte Ameisen planlos hin- und herirren, sondern allmählich lernen, einem Willen zu gehorchen. Die Ausbildung eines zielsicheren, ausdauernden Willens ist das erste Hauptziel, das es zu erreichen gilt.

Die Einzelheiten näher zu erörtern, würde hier zu weit führen. Versuche zu ausführlicher Anleitung auf diesem Gebiet gibt es heute unter dem pragmatischen Gesichtspunkt des äußeren Erfolges in mannigfacher Art [2].

Die „psychokritische Methode"

Von akademischer Seite her versucht der Bonner Psychologe Walther Poppelreuter einen in langjähriger experimenteller Forschung erprobten und sorgfältig ausgearbeiteten Lehrgang zur Disziplinierung des Geistes zu geben und in „Psychokritischer Pädagogik" auf eine Überwindung des Scheinwissens und Scheindenkens hinzuarbeiten. Er zeigt, wie in strengster methodischer Schulung, in einer Art Geistestraining, der Oberflächenmensch zu einem echten, gründlichen, disziplinierten Den-

ken erzogen werden kann und dadurch ungeahnte Leistungssteigerungen erzielt werden können. Leider beschränken sich seine praktischen Ausführungen, seinem persönlichen Arbeitsgebiet entsprechend, fast ausschließlich auf das Gebiet des intellektuellen, logischen Denkens. Doch ist er sich bewußt, daß eine qualitative Veränderung des gesamten seelischen Verhaltens die Grundbedingung ist, um die neue Einstellung zur geistigen Arbeit zu einer dauernden zu machen.

„Die psychokritische Methode kommt eigentlich heraus auf eine besondere Art der Willensschulung, die auf dem Entschlußfassen zu planmäßiger Überwindung der kritisch erkannten eigenen Fehler zu Gunsten besserer Leistungen beruht" (Poppelreuter). Solcher Willensentschluß darf aber nicht verkrampft affektiv sein, sondern möglichst ruhig und spannungslos. Der Fehler, der den meisten vergeblichen Anstrengungen zu Grunde liegt, besteht darin, daß mit zusammengebissenen Zähnen und einem leidenschaftlich gesteigerten „Ich will!!" eine Änderung ertrotzt werden soll — der Willensbogen ist zu kurz gespannt und muß nach kurzer Zeit zerreißen. „Man kann einen Willensentschluß aber auch so fassen, daß er nicht krampfhaft ist, sondern nur in der ruhigen Erwartung besteht, daß das Gewollte auch entsprechend verläuft."

Der so geschulte Wille ist nicht beschränkt auf das Ziel des Erkenntnismäßigen, das für Poppelreuter im Vordergrund steht; grundsätzlich kann er sich auf die Überwindung aller Unvollkommenheiten des inneren Lebens richten. Das hat der Amerikaner Overstreet erkannt, der in seinen Studentenkursen sich das Ziel setzte, sowohl Methoden der flüchtigen, für den Alltag wichtigen Menschenbeeinflussung als auch „Möglichkeiten und Wege eines völligen Umbaues menschlicher Charaktere" zu erarbeiten. Durch Beachtung der feinsten seelischen Reaktionen, durch eine Erziehung des psychologischen Denkens und des sprachlichen Ausdrucks und unter Zuhilfenahme der phantasiemäßigen Kräfte will er Willensimpulse wecken und die Persönlichkeit umwandeln — die eigene sowohl als auch die der anderen —, so daß sie „fürs Leben tauglicher" wird. Dieser rein pragmatische Gesichtspunkt und die Auffassung der Persönlichkeit als einer Gruppe von Gewohnheitssystemen, die es einfach der Reihe nach durch lustbetonte Assoziationen zu bessern gilt, bleiben ohne den Hinter-

grund des irrationalen, metaphysischen Ich, die die psychologischen Ausführungen Fritz Künkels ungleich wertvoller machen. Overstreets Ratschläge lassen deshalb trotz vieler fein beobachteter Einzelheiten unbefriedigt. Es bleibt ein Zweifel bestehen, ob ihm von dieser Grundlage aus eine wirkliche Umwandlung des Menschen gelingen kann, die nicht nur an der Oberfläche bleibt.

Denn es gilt hier das Gesetz, daß der Wille um so stählerner, sicherer, sieghafter ist, je tiefer seine Ziele im Zentrum der Seele verankert sind. Gerade unsere Zeit gibt Zeugnis von den ungeheuren Leistungen, die ein gesteigerter Wille zu erreichen vermag, der sich restlos und vorbehaltlos einer leuchtenden Idee hingibt. Wo der Wille aber in die letzte Tiefe hinuntersteigt, in einer Übersteigerung seiner selbst, in der zugleich schon die Aufhebung menschlicher Willenskraft liegt, da rührt er an die Welt des Religiösen.

Geistesdisziplin im religiösen Leben der Jahrhunderte

Die bisher vorherrschende theologische Richtung ließ leider keinen Raum für eine fruchtbare Verwertung solcher Gedanken — ja ihr mußten Hinweise, wie sie hier gegeben werden, als ketzerisch erscheinen. Dadurch begibt sie sich aber der Möglichkeit pädagogischer Einwirkung auf den suchenden Menschen innerhalb und außerhalb der Kirche.

Yoga in Indien

Ursprünglich sind solche Gedanken in früheren Epochen durchaus dem religiösen Leben entsprungen. Das bekannteste Beispiel von Übungen zur Konzentration und Meditation ist die Yogapraxis des Buddhismus. Hier wurde versucht, durch die verschiedenartigsten Übungen des Körpers und des Geistes die fluktuierenden Gedanken auszuschalten und die Aufmerksamkeit streng auf ein bestimmtes Objekt zu richten und dabei festzuhalten. Gelingt es dem Menschen, alle andern Vorstellungen auszuschalten und von der Konzentration weiter vorzudringen zur Kontemplation, bis zur völligen Versenkung und Einswerdung mit dem Objekt, so ist das Ziel erreicht: die mystische Schau, die unmittelbare Vereinigung, mit dem Atman, dem Brahma, mit dem Göttlichen.

Die christliche Mystik des Mittelalters

Im christlichen Mittelalter war es die Mystik, die diesen Weg gegangen ist, indem sie ihr Ziel, das unmittelbare Einswerden mit der Gottheit, durch völliges „Entwerden" zu erreichen suchte. Die zerstreuten Seelenkräfte, die sich in äußeren Werken zersplittern, sollen heimgerufen werden zu inwendigem Wirken; sie sollen dazu allen anderen Dingen entsinken, ihrer ganz bloß und ledig werden, damit Gottes Geburt in der Seele geschehen kann. „Wenn der Mensch ein inneres Werk vollbringen soll, so muß er alle seine Kräfte einziehen, gleichsam in einen Winkel seiner Seele, und sich vor allen Bildern und Gestalten verbergen, und da mag er dann wirken."

Ignatius von Loyola

Zu einem festen System innerer Erziehung hat Ignatius von Loyola den Gedanken der Konzentration ausgebaut. Was er in heftigen Seelenkämpfen selbst durchlebt hatte, den Weg der Mystik von der Klärung zur Läuterung bis zur Vereinigung mit Gott, das sollte in folgerichtigem, psychologischem Aufbau anderen Menschen zugänglich gemacht werden.

Unter dem Bann seiner willensstarken Persönlichkeit stehend, wird der Schüler, der sich seiner Führung anvertraut und sich ihm in rückhaltlosem Gehorsam unterordnet, einen sicheren Pfad zur Ordnung und Zucht seines inneren Lebens geführt bis hin zu einer endgültigen Willensentscheidung, in der er dem Willen Gottes über sein Leben Raum gibt. Sein ganzes Leben erfährt eine grundlegende Wandlung durch einen Akt des Heroismus, in der der Bruch mit der Welt vollzogen wird. Hinter dieser heroischen, männlichen Haltung, die sich ausdrückt in dem Entschluß, für Christus den Kampf aufzunehmen, steht die innere Gewißheit, auch das Unmögliche wagen zu können — eine Gewißheit, die Schritt für Schritt, durch Widerstände und Hemmungen hindurch, an Hand der Übungen errungen wurde.

„Ignatius hat unleugbar bei den Persönlichkeiten, die er durch seine *exercitia* bildete und bildet, nicht bloß einen äußerlichen Effekt, sondern

eine tatsächliche innerliche Umwandlung zustande gebracht. Was die Menschen so unwiderstehlich an den Exerzitien anzog, war die Erfahrung, daß die Übungen ihnen sittliche Kräfte gaben, die sie vordem nicht besaßen." „Der Protestant lebt in dem Vorurteil, als ob die durch die *exercitia* Hindurchgegangenen unter dem Eindruck stehen müßten, als hätten sie eine Minderung ihrer Persönlichkeit erfahren. In Wirklichkeit haben sie das entgegengesetzte Gefühl: sie dünken sich freier und kräftiger denn zuvor. Sie sind so geschickt geleitet worden, daß alles aus ihrem Inneren zu kommen schien, und sie finden schließlich eine Glut der Empfindung und eine Kraft der Selbstbeherrschung in sich vor, daß sie sich auf eine höhere Stufe hinaufgehoben erscheinen. Ein Beweis, daß hier das Größte geleistet wurde, was von einer klugen Pädagogik verlangt werden kann, den Heranzuschulenden so zu dirigieren, daß er den strengsten Zwang doch nicht als solchen empfindet." (Karl Holl.)

Da Ignatius von Loyola sich dessen wohl bewußt ist, daß zum Gelingen der religiösen Konzentration alle Äußerlichkeiten von großer Wichtigkeit sind, gibt er genaue Anweisungen auch über die Körperhaltung beim Meditieren, über Verdunkelung des Zimmers, über ein gewisses Maß von Askese beim Essen und Schlafen. Darauf bauen sich dann die eigentlich religiösen Übungen auf, die das Ziel haben, mit Hilfe der Phantasie auf den Willen einzuwirken, von der richtigen Erkenntnis ausgehend, daß eine bloße Konzentration des intellektuellen Denkens nicht die umgestaltende Kraft habe, die auf das Zentrum des Menschen zu wirken vermag. Durch planmäßige Ausbildung der Phantasiekräfte soll eine vollkommene Stufe der Konzentration erreicht werden, die alle 5 Sinne in Anspruch nimmt und so den ganzen Menschen nach Leib und Seele von einer starken religiösen Empfindung erfüllt.

„Ich soll . . . den Ort des Abendmahls betrachten, ob er geräumig, ob er klein ist, ob er dieses oder jenes Aussehen hat . . . — Ich schaue die Personen beim Abendmahl, und indem ich die Gedanken auf mich wende, suche ich irgendeinen Gewinn daraus zu ziehen. — Ich höre, was sie sprechen, und suche desgleichen irgendeinen Nutzen daraus zu gewinnen. Ich habe auf das acht, was sie tun, und suche irgendeine Frucht daraus zu ziehen. — Ich erwäge, was Christus unser Herr an seiner Mensch-

heit leidet oder leiden will . . . Und hier soll ich mit starkem Aufgebot meiner Kräfte einsetzen und mich anstrengen, um mitzuleiden, zu trauern und zu weinen . . . Ich erwäge, wie Christus alles dieses meiner Sünden wegen leidet . . . und was ich für ihn tun und leiden soll. — Zum Schluß verrichte man ein Zwiegespräch mit Christus unserm Herrn, und zuletzt bete man ein Vaterunser." (Aus den Exerzitien.)

Diesen Übungen liegt an sich dieselbe „Technik" der psychischen Durcharbeitung zugrunde, wie wir sie in der Yoga-Praxis mit dem Ziele der Auslöschung des Ich finden und wie sie die praktische Lebensklugheit benutzt zur Erreichung irdischer Erfolge. Ignatius will auf diesem Wege die Grundwahrheiten der katholischen Kirche dem Willen zur Aneignung darbieten. Der Fehler der Exerzitien liegt nicht in der Methode der außergewöhnlichen seelischen Disziplinierung, sondern in der dogmatischen Voraussetzung, die den Willen von vornherein zum blinden Werkzeug der Kirche bestimmt und ihn auf einen unbedingten Gehorsam — auch entgegen der eigenen Einsicht — festlegt. „Was meinen Augen weiß erscheint, halte ich für schwarz, wenn die hierarchische Kirche so entscheidet."

Damit verstößt Ignatius gegen ein Grundgesetz geistiger Entwicklung, daß jede Wahrheit aus freiester, innerer Überzeugung angeeignet werden muß. Im Gegensatz zu der katholischen Gebundenheit ist deshalb die protestantische Haltung zu Gott und Welt eine „der freien Forschung, der freien Wahl, der freien Entscheidung, der freien Überzeugung, des freien Vertrauens, der freien Liebe". (Kurt Leese.)

Daß trotzdem heute viele Menschen, auch junge protestantische Theologen, wieder nach den Exerzitien des Ignatius greifen, ist ein Beweis dafür, wie stark die Sehnsucht nach Innenerziehung, Erstarkung des Ich, Stählung des Willens ist und wie sehr es bisher auf protestantischem Gebiet an entsprechenden, aus der heutigen Zeit geborenen Anweisungen gefehlt hat. Das ist verständlich aus der geschichtlichen Entwicklung des Luthertums, die dem Katholizismus gegenüber einseitig das *sola fide* betonte und mit dem Geist des Protestantismus Konzentrationsübungen, die ihr als Werkgerechtigkeit erschienen, für unvereinbar hielt. Doch erkennt der Gegner oft die Schwächen einer einseitigen Position eher als

der Freund: „Immer noch wird durch die protestantischen Lehrer jener Grundirrtum fortgepflanzt, daß es nur auf den Glauben ankomme, und daß aus dem Glauben die Werke notwendig folgen müssen . . . Das zuversichtlichste Wissen oder Glauben . . . kann aber nicht die Übung jenes feinen, vielteiligen Mechanismus ersetzen, welche vorhergegangen sein muß, damit irgend etwas aus einer Vorstellung sich in Aktion verwandeln könne. Vor allem und zuerst die Werke! D. h. Übung, Übung, Übung! Der dazugehörige „Glaube" wird sich schon einstellen – dessen seid versichert!" (Fr. Nietzsche.)

II

Meditation

Die Steigerung der Konzentration zur Meditation

Indem wir uns den religiösen Betrachtungen zuwenden, stehen wir schon mitten im Gebiet der eigentlichen Meditation, die sich auf der Gedankenschulung durch Konzentration aufbaut. Es wurde schon betont, daß Konzentration an sich noch etwas Indifferentes, eine neutrale Technik ist. Auch der Raubmörder, der seine Tat bis ins kleinste vorher überlegt und alle Möglichkeiten berechnet, kann ein unheimlich konzentrierter Mensch sein! Einen positiven Wert bekommt die Konzentration erst durch die Hinwendung auf bestimmte Inhalte, und indem sie sich auf religiöse Objekte richtet, geht sie in einer Steigerung der geistigen Tätigkeit in die Meditation über.

Friedrich Rittelmeyers „Meditation"

Rittelmeyer ist der einzige aus dem Protestantismus hervorgegangene Theologe, der in unserer Zeit den Wert der bewußten Innenerziehung durch meditative Versenkung erkannt und praktisch fruchtbar gemacht hat. Durchdrungen von der Erkenntnis, daß die Innenkraft des Menschen erstarken muß, wenn er heute nicht der äußeren Gewalt erliegen soll, will er einen Weg zu solcher Erkraftung der Seele in der religiösen Meditation zeigen, um den Menschen wieder zurückzuführen zu der stärksten Quelle aller Kraft. In seinem feinsinnigen Buch: „Meditation. Zwölf Briefe über Selbsterziehung"[3] gibt er eine Fülle von Anregungen auf diesem Gebiete. Mit feinster seelsorgerischer Einfühlung geht er allen Schwierigkeiten nach, die sich dem modernen Menschen entgegenstellen, der diesen Weg betreten will. Er kennt alle die Hemmungen des Alltags, die äußere und innere Gehetztheit des heutigen Lebens, die Unfähigkeit, sich wirklich innerlich zu sammeln, und antwortet auf alle

Fragen und Einwände mit eingehenden Ratschlägen, hinter denen man immer das eigene starke Erleben und einen warmen Helferwillen spürt.

Zwar schließen sich inhaltlich Rittelmeyers Meditationen an die Ergebnisse anthroposophischer Geistesforschung an. Doch betont er an mehreren Stellen, daß er schon lange vor der ersten Berührung mit der Anthroposophie den Wert der inneren Geisteszucht und religiösen Meditation erkannt habe. In den ersten Briefen richtet er sich ausdrücklich allgemein an j e d e n Menschen, der sich nach Hilfe zur Pflege seines inneren Lebens sehnt.

Von diesen ersten Betrachtungen, die auch dem religiös fernsten Menschen zugänglich sind, führt er dann allmählich immer tiefer in die Gedankenwelt des Johannesevangeliums hinein: „Es ist das Höchste, wozu wir in der Meditation aufsteigen können: daß wir einfach in Christus hineinschauen und hineingehen, in ihm sein und leben lernen." Eine Stimmung johanneischen Glanzes und johanneischer Wärme, eine innere Leuchtkraft liegt über den Ausführungen, die bis zu einer inneren Kommunion hinführen möchten, bis zu dem Erlebnis, daß wir uns ganz eingehüllt fühlen in die Lichtgestalt Christi.

D a s W e s e n d e r M e d i t a t i o n

Was ist nun aber das Wesen der Meditation? Die eigentliche Meditation umfaßt viel mehr als nur eine gedankliche und willentliche Konzentrierung der Aufmerksamkeit auf einen religiösen Geistesinhalt, den sie sich in möglichster Anschaulichkeit vorzustellen sucht, ohne bei einer logisch-diskursiven Betrachtungsweise stehen zu bleiben: sie wird hier ganz von selbst zu einem gefühlsbetonten Sich-Versenken, einem stillen, andächtigen Erwägen und Betrachten. Das religiöse Bild, das die Seele in sich aufgenommen hat, wird so stark mit dem ganzen inneren Menschen erfaßt, bis es lebendig erlebt wird. Diesen Eindruck hält die Seele dann in innerer Aktivität fest und bewegt ihn in sich. Der Blick ist zurückgenommen aus der Umwelt und schaut in einer völligen Wendung des Erlebens nach innen, in eine andere Welt hinein, wendet sich ihr mit ganzer Seele zu in hingegebener Versunkenheit, bis das Gemüt so durchdrungen ist von dem inneren Gegenstand, in den es sich ganz hineinge-

lebt hat, daß es eins mit ihm wird. Das ist nur möglich, wenn die Seele sich in der inneren Welt, die ein bestimmtes Wort oder Bild ihr aufschließen soll, in ruhiger Muße ergeht, mit der innigen Wärme aller ihrer Kräfte sich in liebendem Verweilen in sie vertieft. Nicht darf sie flüchtig darüber hingehen, sondern die Vorstellung, auf die sie gerichtet ist, soll Wurzel fassen in der Seele und zutiefst mit ihr verwachsen. Für diese Art des Meditierens sind die erbaulichen Schriften Kierkegaards ein klassisches Beispiel: Wie er die Worte und Bilder unermüdlich hin und her wendet, von allen Seiten beleuchtet, bis er allmählich in ihr Geheimnis eindringt. Solche Meditation ist in erster Linie eine Frage der Seelenhaltung, der inneren Stille und Tiefe, nicht etwa des Intellekts. Keine Verstandesbegabung ist hierzu erforderlich; im Gegenteil: eine rege intellektuelle Tätigkeit kann der Kontemplation geradezu hinderlich sein, kann unter Umständen den eigentlichen Segen gar nicht zur Entfaltung kommen lassen, indem sie gerade die tieferen Gemütskräfte, die Andacht der betenden Seele hemmt. Denn alle echte Meditation führt zum Gebet hin, nicht von ihm weg. Sie will nicht ein Ersatz sein für das Beten, sondern indem sie die Hindernisse wegräumt, wird sie ganz von selbst zur Anbetung, zum Gebet, verwandelt sie — nach einem Wort Rittelmeyers — uns innerlich ganz in Bitten. Die Meditation soll ja fortschreiten von der Betrachtung zum völligen Stillewerden der Seele, zum heroischen Opfer, zur restlosen Hingabe des von Gott ergriffenen Menschen, einer Hingabe, in der der Mensch nicht sein wahres Selbst, sein eigentliches Ich verliert, sondern es neu gewinnt.

Die Notwendigkeit der stufenweisen Schulung

Zur Erreichung dieses Zieles bedarf es allerdings eines unerschütterlichen Vertrauens, einer mutigen Beharrlichkeit, die nicht verzagt, wenn sie keine Erfolge sieht, die geduldig warten kann, bis das gesäte Korn zu keimen beginnt. Der Aufstieg geht nur ganz langsam und stufenweise vor sich, in organischem Wachsen, still und unmerklich: da gilt es, in der beharrlichen Arbeit an sich selbst nicht müde zu werden, nicht immer rückwärts zu schauen, wie gebannt vom Blick der

Schlange, sondern vorwärts auf das Ziel, im Vertrauen auf die göttliche Kraft, die in uns wirken möchte. Schritt um Schritt muß erkämpft werden. Scheint anfangs auch die einfachste Konzentration unmöglich in der ungebändigten Unruhe der Gedanken und Gefühle, so stärkt die immer von neuem mit Geduld wiederholte Übung allmählich die Geisteskräfte und bereitet dadurch den Boden, auf dem die religiöse Kontemplation erwachsen kann. „Dies Leben ist nicht ein Fromm s e i n, sondern ein Fromm w e r d e n, nicht ein Gesund- s e i n, sondern ein Gesund w e r d e n, überhaupt nicht ein Wesen, sondern ein Werden, nicht eine Ruhe, sondern eine Übung. Wir sind's noch nicht, wir werden's aber; es ist noch nicht getan und geschehn, es ist aber im Schwang; es ist nicht das Ende, es ist aber der Weg . . ." (Luther).

Kann man hier von „raffiniert-künstlichen Methoden" sprechen, von „Psychotechnik", von einem „*training of soul*"?[4] Vielleicht kann solche Kritik auf gelegentliche Auswüchse bei Mystikern der Vergangenheit zutreffen. Was h i e r erstrebt wird, ist ein pädagogischer Weg, der schlicht und ohne Willkür, mit dem Tatbestand der psychologischen Gesetzmäßigkeit rechnend, durch innere Erziehung die Hemmungen wegräumen will, die für den modernen Menschen in seiner Oberflächlichkeit, Unruhe, Ungesammeltheit, Zerstreutheit liegen. Die Atmosphäre des Materialismus hatte alle inneren Fähigkeiten im Menschen allmählich ertötet, so daß man von der untersten Stufe an neu beginnen muß. An den Durchschnittsmenschen, der im Grunde auch heute noch nur an „Essen und Trinken" glaubt, aber nicht an geistige Kräfte, kann man nicht unvermittelt mit christlichen Forderungen herantreten. Es fehlt jede Voraussetzung des Verstehens, ehe nicht eine neue Atmosphäre geschaffen ist, ehe nicht die Innenwelt ihm wieder zugänglich gemacht ist. Die Gewissensfrage einer Obersekunde an ihren Religionslehrer: „Gibt es w i r k l i c h eine Seele oder sagt man das bloß so?" ist symptomatisch für die Einstellung, die trotz des gewaltigen geistigen Neubruchs unserer Zeit leider noch immer vorherrscht. Die verborgenen Seelenkräfte müssen erst wieder geweckt, geklärt und behutsam entwickelt werden, damit

der Mensch wieder fähig wird zu der letzten Entscheidung, die im Zentrum des Ich vollzogen werden muß.

Schon im vorigen Jahrhundert hat Monrad diese Gedanken stark betont, als er mit feinem Verständnis in die Welt des Gebets hineinzuführen versuchte und immer wieder hinwies auf die große Wichtigkeit der Seelenpflege, der Arbeit an uns selbst, der Gedankenzucht, als Vorbereitung zum rechten Beten. „Zwar bleibt es nicht aus, daß jeder Eindruck mehr oder minder deutliche Gedanken hervorruft; aber unser Wille kann doch entweder einen Gedanken fortjagen, wie einen aufdringlichen unverschämten Gast, oder auch wie einen teuren Freund ihn willkommen heißen und ihn einladen, daß er bei uns bleibe . . . Vor allem aber laßt uns gute Gedanken wie Engel herbeirufen und um uns sammeln!" [5]

Wir haben gar nicht mehr die Wahl, ob wir diese Aufgabe der Innenerziehung bejahen wollen oder nicht: Sie muß getan werden — nicht unter dem Gesichtspunkt weltlicher „Persönlichkeitsbildung", sondern als unumgängliche Vorbedingung für das Erstarken eines neuen religiösen Lebens in unserer Zeit.

Die reformatorische Frömmigkeit und die Meditation

Ansätze zur Meditation finden sich auch in der reformatorischen Frömmigkeit, selbst bei Luther, der sich in Zeiten, in denen er sich „kalt und unlustig" fühlt zum Gebet, bewußt dazu zwingt, sich Gottes Wort vor Augen zu stellen, es im Herzen zu erwägen, bis die innere Wärme wiederkehrt, das Licht des Geistes sich wieder entzündet, das Gebet „erweckt" wird durch Üben. In seiner Schrift: „*Ratio vivendi sacerdotum*" gibt er den Priestern den ausdrücklichen Ratschlag: „*Vespere omnino aliquid ex sacris literis tecum in corde feras ad lectum, quo velut mundum animal ruminans suaviter obdormias; non sit autem multum, sed potius modicum, bene cogitatum atque intellectum, quod mane surgens velut reliquia serotinas reperias.*" [6])

Auch Calvin sagt: „Mitten in Bedenken, Furcht und Zittern

sollen wir uns zwingen zu beten, bis wir eine Erleichterung spüren, die uns beruhigt. Wir dürfen nicht nachgeben, wenn unsere Herzen wanken und unruhig sind, bis der Glaube siegreich aus dem Kampf hervorgeht."

Gerade die großen Beter der Religionsgeschichte haben sich nicht abfinden können mit den Stunden der inneren Dürre und Trockenheit, in denen die spontane Gebetsstimmung fehlt und die Sammlung zum Gebet trotz aller Sehnsucht danach sich nicht von selbst einstellen will. Unter dem Druck der Verzweiflung über die Leere und Herzenskälte, die ihnen den Zugang zu Gott verschloß, erwachte in ihnen ein heroisches Ringen um das Verlorene, ein heißer Kampf um das rechte Wiederbetenkönnen, das ernste Anstrengungen nicht scheute, damit ihr Wille wieder die Herrschaft erlange über ihr chaotisches Seelenleben. Sie konnten sich nicht dabei beruhigen, passiv die Gnade zu erwarten, sondern versuchten immer wieder, gegen die Trostlosigkeit innerlich vorzugehen, sich bewußt zum Gebet zu sammeln, in der Betrachtung eines göttlichen Wortes ihr Gemüt neu zu beleben und zu erwärmen, bis die Andacht wieder in ihrem Herzen erwachte und das Beten wieder der selbstverständliche Atem der Seele war. Sie sahen in den Schwierigkeiten, mit denen zuzeiten das Gebetsleben zu kämpfen hat, Versuchungen des Teufels, denen man nicht Raum geben darf und gegen die es ernstlich anzukämpfen gilt. „Man hat gerade zu der Zeit das Gebet am notwendigsten, wenn man am wenigsten dazu aufgelegt ist; denn zu dieser Zeit ist man am aufgelegtesten zur Sünde. Man kann sich aber auch aufgelegt zum Gebet machen; wenn man einige Zeit sich dazu anstrengt, so wird man allmählich innerlich erwärmt." (Alban Stolz.)

„Selbsterlösung"?

Solches Arbeiten an sich selbst hat nichts mit „Selbsterlösung" zu tun, wenn es in der rechten inneren Haltung geschieht. Die Fähigkeiten, die es zu entwickeln gilt, liegen zwar in uns, aber als eine Gabe Gottes, der uns die Sehnsucht zu ihm hin ins Herz gesenkt hat. „Du würdest mich nicht suchen, wenn du mich nicht schon gefunden hättest." (Pascal.) Das Suchen selbst, das Sichsammeln, die Meditation, das

Gebet ist ein Werk der göttlichen Gnade, eine Tat Gottes an der Seele, auf die sie antwortet. Der Mensch, dem die Sehnsucht nach der Berührung mit der göttlichen Welt geschenkt ist, muß ihrer Stimme folgen und wachsam sein gegenüber aller Herzensträgheit. Denn wie oft verbirgt sich eine solche Trägheit, eine Lauheit der Seele, ein Mangel an lebendiger Frömmigkeit gerade unter der Berufung auf die Gnade Gottes, auf die es allein ankomme. Aber Gnade ist etwas unendlich viel Zarteres und Höheres, als die meisten Menschen ahnen, wenn sie das Wort in einem bestimmten dogmatischen Sinne gebrauchen, wenn sie es schroff vom menschlichen „Werk" isolieren: *sola fide*. Die Gnade kann sich durchaus menschlicher Mittel bedienen, auch schlichtester Übungen; an die Gnade glauben, das heißt, der Gotteskraft nicht widerstreben, die an uns arbeiten will, sondern hingabebereit auf den Ruf aus der Ferne lauschen und durchstrahlt von Christuskräften den Weg der inneren Arbeit gehen. Wohl kann man nichts erzwingen, aber keine Berufung auf die Gnade kann uns die Verantwortung für die innere Entfaltung unseres religiösen Lebens abnehmen. Der Wille in uns, die innere Aktivität ist ja nur die andere Seite der Gnade! „Je lauer und lässiger eine Seele Gott dient, um so spärlicher empfängt sie auch seine Gnade. Begreiflich: Wer Gott nicht sucht, dem läuft er nicht nach"[17].

Wenn man — im schroffsten Gegensatz allerdings zur dialektischen Theologie — daran glaubt, daß positive Kräfte im Menschen angelegt sind, daß Christus in ihm Gestalt gewinnen kann, dann entspringt aus dem Willen zur Erstarkung dieser Kräfte die stärkste Aktivität als eine selbstverständliche innere Notwendigkeit. Verborgen schlummernde Sehnsucht wird geweckt und gestärkt zu einem bewußten, aufrichtigen Verlangen und Eifer, die Seele gestrafft im Kampf gegen die Trägheit, im Vorwärtsstreben zu ihrem Ziel, in Ausdauer und Vertrauen.

Die Methode der Mystik

Mit solchen Gedanken wird die Methode der Mystik als pädagogischer Weg weitgehend bejaht, insofern hier in einzigartiger Weise die psychologischen Gesetze des religiösen Lebens geschaut sind und in

praktischen Übungen zur Anwendung gelangen. Ein bis in alle Einzelheiten durchdachtes System geistiger Schulung liegt hier vor, das zwar in manchen Punkten für unser heutiges Bewußtsein einer Umwandlung und Weiterführung bedarf, aber trotzdem als Ganzes immer klassisch bleiben wird. Der Glaube an die Möglichkeit eines stufenweisen organischen Aufstiegs unseres inneren Lebens, der uns ganz allmählich innerlich umzuwandeln vermag, führt notwendig auf den Weg der Konzentration und Meditation. Die drei Stufen, die die Seele in diesem Aufstieg schrittweise durchläuft, hat die Mystik psychologisch klar erfaßt, wenn sie sie beschreibt als „Weg der Läuterung", „Weg der Klärung" und „Weg der Einigung".

Es ist das Grunderfordernis, daß der Mensch zuerst bei der noch zagenden und zweifelnden Sehnsucht beginnt, bei der „Furcht", als dem noch unvollkommenen Anfang, daß er vor der Strenge des göttlichen Gerichts erbebt im Hinblick auf seine Sünde, die die Kluft zwischen ihm und Gott in ihrer ganzen Unüberbrückbarkeit aufreißt. Von dem Gewicht dieser Einsicht zu Boden gedrückt, erlebt er zunächst eine innere Verzweiflung und Zerknirschung, die ihn wach rüttelt und durchbebt in allen Tiefen seines Herzens. So ist die Bewußtseinslage der dialektischen Theologie gerade für junge Menschen ein oft innerlich notwendiges Durchgangsstadium, ohne welches es ihnen an der letzten Tiefe, am heiligsten Ernst fehlen würde. Daß im Augenblick des Erlebens die Kluft zwischen Gott und Mensch unüberbrückbar, absolut gesehen wird, darauf beruht gerade die Wahrhaftigkeit und Echtheit der Erschütterung.

Zur ernsten Gefahr des inneren Lebens wird diese Haltung aber erst, wenn man auf dieser Stufe dauernd stehenbleibt, wenn die Verzweiflung das letzte Wort bleibt, wenn nicht — sei es in allmählicher Entwicklung, sei es in einer plötzlichen Umkehr oder Erleuchtung — einmal ein „Standpunkt" gewonnen wird, der um eine Ebene höher liegt, von dem aus die scheinbar absolute Erkenntnis in ihre richtige Relation eingesetzt wird. Wenn nicht aus der schmerzvollen Betrachtung der eigenen Sünde, des eigenen Nichts und Unwertes endlich doch eine positive Läuterung und Reinigung hervorgeht. Erkennt die Seele, daß das,

was ihr bisher als Letztes erschien, doch nur ein Vorletztes ist, daß sie erst im Vorhof steht, daß sie von Teilerkenntnis zur völligeren Erkenntnis weiterschreiten muß, dann ist die Bahn frei zur nächsten Stufe, dem Weg der Läuterung. Im heißen Gewissenskampf hat der Wille jene Spannkraft erlangt, der Geist jene innere Zucht, das Gemüt jenen Eifer und Ernst, der sich durch keine Trägheit mehr zurückhalten läßt, der sich restlos der erkannten Aufgabe hingibt.

Nun erst ist die Seele fähig, sich von den göttlichen Strahlen durchleuchten und klären zu lassen, sich offen dem Licht hinzugeben, das jeden Winkel durchhellt und sie so selbst klar und licht macht. „Gottes Spiegel ist die Seele. Blickt sie sich selber auf den Grund, strahlt kein andrer ihr entgegen als der, dessen Bild sie ist. Je reiner, klarer nun der Seelenspiegel ist, desto reicher, voller ergießt in ihn die Geistersonne ihrer Gnade und Güte Strahlengarben ... Aber die Seele kann den Gottesglanz nur widerstrahlen, wenn sie gottförmig geworden ist, frei vom häßlichen Sündenschmutz auf dem Weg der Läuterung. Ein makelloser Spiegel muß sie sein, fähig und empfänglich, in sich aufzunehmen das ungeschaffene Licht." (Garcia de Cisneros.)

Damit die Seele von himmlischem Glanz erfüllt und durchglüht wird, soll sie bei der Betrachtung alles dessen verweilen, was Gott ihr an Gnadengaben schenkte; sie soll sich ganz versenken in eine Stimmung der Wärme und Dankbarkeit. Vor allem aber durch das meditierende Sich-Vertiefen in das Leben Jesu empfängt sie Klarheit und Licht. Sein äußeres Leben stellt sie in anschaulichen Bildern vor sich hin, um es vor dem Geistesauge lebendig neu erstehen zu lassen, und sich ganz in jene Zeiten zurückzuversetzen, als sei sie selbst damals unter dem Gefolge Christi gewesen und mit durch Palästina gezogen [8].

Katholische religiöse Innenpädagogik

In unserer Zeit wird besonders von katholischer Seite versucht, diese Art der Betrachtung und stillen Versenkung wieder zu beleben, um durch solche lebendigen Bilder das Gemüt zur Richtung auf Christus zu bestimmen, damit es, überwältigt von dem Geschauten, sich ihm völ-

lig hingibt. So gehen Pater Mateo und Romano Guardini diesen Weg, der eine in zarten, lieblichen Schilderungen der Kindheit Jesu, der andere in schmerzvollem Versenken in sein Leiden und Sterben. Auch Papini kann man hier erwähnen; seine Betrachtungen beschäftigen sich nicht nur mit anschaulicher Ausmalung des äußeren Lebens Christi, sondern zugleich mit seinem inneren Leben, seinen Worten, seiner Lehre. — Die Mystiker empfehlen auch hier einen pädagogischen Weg, einen folgerichtigen Aufstieg von Übungen in der Liebe und Begeisterung für die Menschheit Christi bis zu einem Blick in sein inneres Wesen, in seine Gottessohnschaft, die sich erst der fortschreitenden Beschauung ergibt, nachdem sie sich zur tätigen Nachfolge Christi entschlossen hat.

III

Die Praxis der Meditation

Verschiedene Meditations-Möglichkeiten

Einen Zugang zur Christuswelt können auch Meditationen über andere Bibelworte, über religiöse Bilder, über Liederverse und Gedichte eröffnen. Die stillste Stunde des Abends ist die geeignetste Zeit für solche Betrachtung, worauf schon Ignatius hingewiesen hat. Es bedarf dazu nicht eines gewaltsamen Sichzurückziehens aus der Gemeinschaft für längere Zeit – entscheidend sind die Minuten der inneren Sammlung vor dem Einschlafen, wie es auch Luther in der angeführten Stelle betonte, um diesen letzten Eindruck mit hineinzunehmen in die Welt des Schlafes, ins Traumleben, das dadurch veredelt wird, und um ihn am andern Morgen wieder neu zu beleben. „Und nun stelle sorgsam Wache um dich und begib dich zur Ruhe auf dein Lager. Dabei bete noch in Herzensfreude: ‚O glühender Liebhaber meiner Seele! Meine Liebe, mein Ruhm, meine Hoffnung, mein Vater bist du! Wann werde ich dich lieben mit kindlicher Liebe? Wann dich umfangen im Grund meines Herzens?' Laß diese Worte immer und immer wieder als Echo deiner Liebe aus innerstem Herzen quellen, oft und oft, so wirst du's erfahren, wieviel Fortschritte du machst und zu welchen Höhen der Liebe es dich führt. Mit solchen und ähnlichen Gedanken schlummere ein, jubelselig." (Garcia de Cisneros.) – Rittelmeyer hat gerade auf dies Erleben wieder besonders hingewiesen, indem er zu Meditationen der Ruhe, des Vertrauens, des Friedens für den Abend, zu Betrachtungen der Liebe für den Morgen ausführlich hinleitet.

Das Vaterunser

Für Menschen, die schon in der Welt der Bibel leben, lädt besonders das Vaterunser zum liebenden Verweilen ein, zu einer Betrachtung jeder einzelnen Bitte, ja jedes Wortes in seinen Bedeutungen, bis es

sich uns innerlich ganz erschlossen hat, uns wirklich ergreift und die vertrauten Worte einen immer neuen Inhalt bekommen. „So jemand bei sich selbst in der Kirche oder daheim sonderlich beten will und weiß nicht besser Worte oder Weise, der nehme vor sich das Vaterunser und r e i z e mit diesen oder dergleichen Worten seine Andacht", sagt Luther. — Ein bekanntes Beispiel für das meditierende Beten des Vaterunsers ist der Brief von Matthias Claudius „Über das Gebet", in welchem er seinem Freunde Andres schildert, wie er es mit dem Vaterunser hält: „Sieh, wenn ich's beten will, so denk' ich erst an meinen seligen Vater, wie der so gut war und mir so gerne geben mochte. Und denn stell' ich mir die ganze Welt als meines Vaters Haus vor; und alle Menschen in Europa, Asia, Afrika und Amerika sind denn in meinen Gedanken meine Brüder und Schwestern; und Gott sitzt im Himmel auf einem goldenen Stuhl und hat seine rechte Hand übers Meer und bis ans Ende der Welt ausgestreckt, und seine Linke voll Heil und Gutes, und die Bergspitzen umher rauchen — und dann fang' ich an: Vater unser, der du bist im Himmel." — Nicht hoher und tiefer Gedanken bedarf es zu solcher Andacht, sondern ganz schlichter Vorstellungen und Analogien, die anschaulich, bildhaft, konkret, aus bekannten Seelenbezirken heraus sich in konzentrischen Kreisen unermüdlich dem Mittelpunkt nähern, sich mit gesammelter Energie von allen Seiten her hineinbohren in den Geist eines Wortes, in sein Inneres, seine Substanz. „Unser täglich Brot gib uns heute: 'n jeder weiß, was täglich Brot heißt, und daß man essen muß, solange man in der Welt ist, und daß es auch gut schmeckt. Daran denk' ich denn, auch fallen mir wohl meine Kinder ein, wie die so gerne essen mögen und so flugs und fröhlich bei der Schüssel sind. Und denn bet' ich, daß der liebe Gott uns doch etwas wolle zu essen geben." Mit solchen Bildern aus dem persönlichen Leben des Alltags sucht das kindliche Gemüt des Wandsbecker Boten Brücken zu schlagen in die Welt des Gebets.

Auch Ignatius v. Loyola hat auf die meditative Versenkung in das Vaterunser besonderen Wert gelegt: „Man knie oder sitze, je nachdem sich jemand mehr zu einem gestimmt fühlt und je nachdem für ihn mehr Andacht damit verbunden ist; die Augen halte man geschlossen oder auf

eine bestimmte Stelle gerichtet, ohne sie dahin und dorthin zu wenden; dann spreche man „Vater" und verweile bei der Betrachtung dieses Wortes so lange Zeit, als man verschiedene Bedeutungen, Gleichnisse, Genuß und Tröstung bei den auf dieses Wort bezüglichen Erwägungen findet. Und auf gleiche Weise verfahre man bei jedem Wort des Vaterunsers ... Man verweile auf die besagte Weise eine Stunde beim ganzen Vaterunser ... Wenn der, der das Vaterunser betrachtet, in einem Worte oder in zwei reichlichen Stoff zum Nachdenken ... findet, so sei er nicht besorgt, weiterzugehen, auch wenn die Stunde mit dem, was er findet, zu Ende geht. Und ist sie zu Ende, so bete er den übrigen Teil des Vaterunsers auf die gewöhnliche Weise." Eine andere Gebetsweise besteht darin, „daß man zu jedem Atemzug oder Atemholen innerlich betet, während man ein Wort des Vaterunsers ausspricht ..., so daß zwischen dem einen und dem anderen Atemzug nur e i n Wort gesprochen wird, in der Zwischenzeit aber von einem Atemholen zum andern die Aufmerksamkeit hauptsächlich auf die Bedeutung dieses Wortes gelenkt wird."

„Das Vaterunser", sagt Rittelmeyer, „ist in seinem ganzen Wesen geradezu die Erziehung zu dem, was uns als Meditationsgebet vor der Seele steht ... Es ist wirklich so, daß eine ernsthafte Beschäftigung mit dem Vaterunser einfach ins Meditieren hineinführt. Man hat dann zuerst die Empfindung, daß man nicht das ganze Vaterunser immer auf einmal beten möchte, geschweige denn oft hintereinander, sondern gerade im Gegenteil eher eine Bitte täglich, ja eine der drei ersten Bitten tagelang, wochenlang. Schließlich ist man ganz von der Stimmung durchdrungen: Wenn ich nur ein einziges Mal die erste Bitte ähnlich fühlen könnte, wie sie in der Seele Christi erklungen ist! Man arbeitet daran, daß die Seele so wird, daß sie diese Bitte wirklich so sprechen kann, man läßt die Bitte selbst daran arbeiten. Dann ist man mitten in der Meditation." [9]

Weiteres zur Abend-Meditation

Ein besonders zarter und schöner Ausdruck dessen, was der Weg der Klärung erreichen will, ist die meditative Versenkung in den Vers:

„Du durchdringest alles,
Laß dein schönstes Lichte,
Herr, berühren mein Gesichte.
Wie die zarten Blumen
Willig sich entfalten
Und der Sonne stille halten,
Laß mich so,
Still und froh,
Deine Strahlen fassen
Und dich wirken lassen."

Wer sich gewöhnt, jeden Abend diesen Tersteegen-Vers zu sprechen, nicht nur zu sprechen, sondern sich ganz innig in die Blume hineinzuleben, bis sich die eigene Seele in den Blumenkelch verwandelt, welcher sich sehnsüchtig zur Sonne wendet — der wird nach Wochen und Monaten, vielleicht auch schon nach Tagen, spüren, daß etwas in ihm anders wird, daß ein Prozeß der inneren Lockerung eingesetzt hat, der zu einer allmählichen Wandlung führt. Diese Erfahrung kann man nicht dogmatisch widerlegen, man kann sie sich nur bestätigen lassen, indem man selbst diesen Weg zu gehen sucht.

Die Morgen-Meditation

Als Morgen-Meditation zur Stärkung des Willens und der aktiven, mannhaften Haltung im Kampf gegen Trägheit und Lauheit in der eigenen Seele und gegen die dunklen Kräfte, die von außen auf uns eindringen, mag der kraftvolle, trotzige Luthervers dienen:

„Und wenn die Welt voll Teufel wär
Und wollt uns gar verschlingen,
So fürchten wir uns nicht so sehr,
Es soll uns doch gelingen . . ."

Grundsätzlich kann alles, was die Seele stärkt, zum Inhalte der Meditation werden; es ergeben sich hier unbegrenzte Möglichkeiten. Maßgebend sind bei der Auswahl nur der Seelenzustand des einzelnen und seine

besondere Veranlagung. Dem einen tut mehr dieses not, dem andern jenes; jeder hat seinen eigenen Weg, auf dem seine Seele Gott begegnen kann. Eine Betrachtung, die den einen fördert, kann den andern hemmen, wenn es seiner natürlichen Anlage widerspricht.

Der Weg der drei Stufen

Dasselbe gilt für die angegebene Reihenfolge der drei Stufen des Aufstiegs. Es kommt nicht darauf an, daß diese drei Wege in vorgeschriebener Reihenfolge in gesetzlicher Weise nacheinander begangen werden. Jeder einzelne Mensch geht auch hier seinen eigenen, schicksalbestimmten Weg, der nicht vorher festgelegt werden kann. Die drei Möglichkeiten können durchaus gleichzeitig vorhanden sein oder sich in mannigfachem Wechsel gegenseitig ablösen. Es mag der eine die unterste Stufe ganz überspringen, und es kennt andererseits auch der religiöseste Mensch immer wieder Zeiten der Dürre, der Trostlosigkeit, der Sündenverzweiflung.

Wertvoller als die Aufstellung dieses Systems der drei Stufen sind die einzelnen Anleitungen der Mystiker, die „Technik" ihrer Übungen, um dies Wort hier bewußt aufzugreifen, aber in positivem Sinne. Von dem Grunderfordernis der Konzentration inmitten einer unruhvollen Außenwelt wurde schon genugsam gesprochen. Es ist wichtig, sich an bestimmte Übungen zu bestimmten Tageszeiten zu binden, so äußerlich, so mechanisch das zunächst auch klingen mag. Aber die Trägheit des menschlichen Herzens bedarf, daß man es immer wieder — mit Luthers Ausdruck — zur Andacht „reize". Dazu dienen auch die täglichen Selbstprüfungen, die allerdings nicht im psychoanalytischen Sezieren steckenbleiben dürfen, sondern unter dem Licht der Gnade stehen müssen, die solche Schau unmittelbar fruchtbar macht. Bedachtsames Auswählen der Übungen und Treue im Kleinen bringen dabei innerlich weiter vorwärts als allzuweit gesteckte Ziele. Von der Warnung vor Lauheit und der Mahnung zu ausdauerndem Eifer sind alle einzelnen Winke der Mystiker durchzogen. Stufe um Stufe muß die Seele in Geduld und ohne Erlahmen ihres Vertrauens den langsamen und beschwerlichen Aufstieg fortsetzen.

Von der Stufe der Läuterung führt dieser Aufstieg sie weiter bis zur

„Einigung", dem Erlebnis des Einswerdens mit ihrem Gott. Alle Qual entsinkt ihr, während ein unendlicher Friede sich in ihr ausbreitet, völlig von ihr Besitz ergreift. Die Brücke über den Abgrund ist geschlagen; liebend, erlöst strebt die Seele in die liebend geöffneten Vaterarme und ruht in Gott als ihrem Mittelpunkt wie in einem Meer von Licht und Wärme. „Es kommt zunächst nur ahnungsweise, wie man den Föhn im Frühling schon kommen fühlt, ehe er noch eigentlich ‚da' ist. Es kommt immer näher, wie aus einer unermeßlich weiten ‚Ferne', bis es gleichsam beim Ich selbst angelangt ist, und nun durchflutet es das Ich und umströmt es von allen Seiten, so daß es wie eingesenkt ist in eine Flut von unendlich warmer und reicher seelischer Liebe, die in unerschöpflicher Fülle es umfließt und durchströmt, und als wäre es zugleich umleuchtet und durchstrahlt von einem unendlich milden, reinen geistigen Lichtmeer, ... so daß es nun wie für alle Ewigkeit geborgen selig und wunschlos in ihm ruht." (Gerda Walther.)

Schluß: Das Ziel der Meditation

Abgrenzung gegen die Mystik

Aber bei der Beschreibung dieser Stufe setzt eine innere Trennung der hier beschriebenen Seelenhaltung von der der Mystik ein. Bis hierhin konnte der Weg der Mystik als Weg bejaht werden. Soweit sie nun aber über dies gelöste Ruhen der Seele in Gott hinausgeht und eine ekstatische unio mystica erstrebt, in der aller Unterschied zwischen Seele und Gott aufgehoben ist, in der die zwei völlig Eines geworden sind, das endliche menschliche Wesen im Unendlichen untergeht, muß dies Ziel abgelehnt werden. Der Mensch, der nach Art der mittelalterlichen Mystiker der ganzen Welt und sich selbst völlig „entwerden" will, um restlos in der Alleinheit aufzugehen, hat die tiefste Aufgabe des menschlichen Ich verkannt. Ist Gott Person, Geist, „Ich", nicht nur „das Eine", „das Einfache", dann kann es nicht unser Ziel sein, daß unsere menschliche Persönlichkeit sich auflöst, in der Gottheit versinkt, zunichte wird. Dem „negativen Prozeß" (Heiler) in der Seele des Mystikers ist ein positiver entgegenzustellen, und daraus ergibt sich ein schroffer Gegensatz zur Mystik. Nicht hat „die Einheit die Anderheit verschluckt" (Angelus Silesius), nicht wird das Ich ausgelöscht, vernichtet, sondern im Gegenteil: Der ganze Weg der Konzentration und Meditation, wie er bisher geschildert wurde, ist nur auf Erhaltung und Erkraftung des Ich gerichtet. Je inniger es mit dem Göttlichen in Berührung kommt, um so kraft-erfüllter, verdichteter wird es gerade. Nicht die Ekstase als ein Rausch jenseits des wachen Bewußtseins ist das zu erstrebende Endziel, sondern ein Zustand überwachen Bewußtseins des Ich, das im innerlichen Leben mehr und mehr erstarkt ist. Ganz hingegeben an das Erlebnis tiefster Teilhabe an Gott, ganz eingetaucht, versunken in das göttliche Wesen, bleibt es doch noch „Ich", wenn auch völlig durchstrahlt von ihm. Er-

leben wir es, daß wirklich ein Fünklein in der menschlichen Seele da ist, das, von Gottes Leuchtkraft getroffen, zu heller, reiner Flamme emporzuwachsen vermag — ein Ur-Erlebnis, das keine Theologie wegzubeweisen vermag —, dann kann die Berührung mit dem Gotteslicht auch ein völliges Neuwerden, eine wirkliche Umwandlung des menschlichen Geistes bewirken. Es handelt sich um Vorgänge in unserm Gemüt, die wir als Tatsachen vorfinden können, wenn wir uns zu dem mühseligen Weg der Innenerziehung entschließen.

Aktivität

Nicht Gelassenheit, Gleichmut, Uninteressiertheit an den Vorgängen in der Umwelt, wie es die Abgeschiedenheit der Mystiker fordert, nicht ein affektloses Sich-Loslösen von dieser Welt des Leides und des Scheins, wie es die buddhistische Lehre verlangt, kann Aufgabe dieses durchkrafteten Ich sein, sondern höchste Aktivität. Heiler faßt es bei der Schilderung des psychischen Grunderlebnisses der prophetischen Religion im Gegensatz zur Mystik prägnant zusammen: „ein unbändiger Wille zum Leben, ein steter Drang nach Behauptung, Kräftigung und Erhöhung des Lebensgefühls, ein Überwältigt- und Ergriffensein von Werten und Aufgaben, ein leidenschaftliches Streben nach Verwirklichung dieser Ideale und Ziele."

Zurück zur Welt!

Diese Steigerung, Intensivierung aller geistigen Kräfte muß sich dann notwendig in die Umwelt hinein auswirken. Nach unentbehrlichen Zeiten der Einsamkeit, der Ichkonzentration, wendet sich die Seele mit einem neuen Willensimpuls zurück zur Welt und tritt mit den neuen, zukunftschaffenden Kräften ins tätige Leben hinein, um das Irdische ganz zu durchdringen. Sie fühlt sich mitverantwortlich für alles Geschehen in der Welt und will schöpferisch mitarbeiten an ihrer Erneuerung, weil sie weiß: Der Umwandlung des Ich muß folgen eine Umwandlung der Welt!

Auch hier zeigt sich wieder der Gegensatz zur mystischen und buddhistischen Auffassung, denen passives Nicht-Tun das höchste Ideal ist. Zwar erkennen auch die Mystiker einen relativen Wert äußerer Tätigkeit an,

sei es im Dienst der Nächstenliebe, sei es als Schutz gegen Versuchungen. Etwas völlig anderes aber ist es, wenn auf der Bewährung des sich wandelnden Ich im täglichen Leben der Gemeinschaft, in allen Aufgaben und Pflichten des Alltags das volle Schwergewicht der Betonung liegt. Der beschauliche Mensch, der isoliert in seiner Einsiedlerzelle lebt und nur an sich selbst arbeitet, hat nicht nur in der heutigen Epoche der Aktivität kein Daseinsrecht, sondern er widerspricht der Idee des wahrhaft gotterfüllten Menschen!

Das Christus-Ich

Es wäre ein totales Mißverständnis dieser Ausführungen, wenn man in dem Glauben an Kräfte, die im Menschen angelegt sind, einen ethischen Idealismus erblicken wollte. Das Ich, von dem hier immer wieder die Rede ist, ist weder das ethische Ich einer „optimistischen" Weltauffassung, noch das egoistische Ich einer naturalistischen Psychologie, sondern es ist das göttliche Ich im Menschen — das Christus-Ich. Denn es ist das letzte Ziel aller Meditationen, sich so innig in das Neue Testament, in Jesu inneres Leben hineinzuversenken, bis wir Christus von innen her schauen, aus ihm heraus leben, in ihm unser wahres höheres Ich erkennen, umgestaltet werden in sein Christus-Ich hinein. Alles eigenmächtige Beginnen, alles selbstische Bemühen ist fruchtlos, das in ethischem Idealismus auf die eigenen isolierten Kräfte vertraut. Alle Willkür, alle Anstrengung „aus eigener Kraft" ist damit ausgeschaltet; sie würde nicht zu Gott führen, sondern zur Vernichtung des höheren Ich, zu Hybris oder Verzweiflung. Das selbstische Ich muß schweigen, lauschen lernen; denn die Erleuchtung kann selbstverständlich nie durch gewalttätige Übungen, durch Verkrampfung erzwungen werden; sie kommt zuletzt über uns ohne unser Zutun. Christus arbeitet in uns; sein Strahlen durchstrahlt uns — das ist die lebendige Wirklichkeit, aus der die Welt der Meditation erwächst.

Dann ist sie nicht Selbstzucht und Selbstpflege, sondern eine Bindung der tiefsten, inneren Glut an Christus.

„Ich lebe, doch nun nicht ich, sondern Christus lebt in mir."

Anmerkungen

[1] Erich Schick: „Seelsorge an der eigenen Seele." (Furche-Verlag 1933), Seite 26.

[2] Oskar Schellbach: „Mein Erfolgssystem." (Hamburg 1929, 4. Aufl.)

[3] Friedrich Rittelmeyer: „Meditation. Zwölf Briefe über Selbsterziehung." (Stuttgart 1929)

[4] Friedrich Heiler: „Das Gebet." S. 354, S. 407 f.

[5] G. Monrad: „Aus der Welt des Gebetes." (Gotha 1882, 7. Aufl., S. 110 f.)

[6] Enders: „Lutherbriefe", 2. Bd., S. 47. – In Übersetzung: „Am Abend sollst du immer eine Stelle aus der Heiligen Schrift im Gemüte tragen, wenn du dich niederlegst, womit du still einschlafen magst, wiederkäuend wie ein reines Tier; es sei aber nicht viel, sondern nur wenig, wohldurchdacht und verstanden, was du am nächsten Morgen beim Aufstehen wiederfinden mögest, wie du es am Abend verlassen hast." – Vgl. auch Rittelmeyer a. a. O., S. 101.

[7] Garcia de Cisneros: „Schule des geistlichen Lebens." (Freiburg o. J.,) S. 103.

[8] So schildert es Paul Ernst in seinen Jugenderinnerungen: „Ich lag mit Jakob im Schlaf und sah die Himmelsleiter, der Hain Mamre wurde mir ein Bild, ich lebte in der Welt, wo die Patriarchen ihre Zelte aufschlagen ..."

[9] Rittelmeyer a. a. O., S. 207 f.

Stimmen aus der deutschen christlichen Studentenbewegung

Heft		RM
1	**Erich Stange: Ein Menschenalter deutscher christlicher Studentenbewegung.** 44 Seiten	—.90
3	**Fr. Spemann: Idealismus und Christentum.** 2. Auflage. (5.—6. Tausend.) 64 Seiten	—.90
4	**Otto Samuel: Gespräch über den Glauben.** 32 Seiten	—.90
6	**Karl Heim: Bilden ungelöste Fragen ein Hindernis für den Glauben?** 8. Auflage. 32 Seiten	—.90
8	**Siegfried Wegeleben: Das Felderlebnis.** 128 Seiten	1.80
9	**Paul Zander und Otto Schmitz: Im Kampf um Reinheit.** Das sexuelle Problem in der sittlichen Lebenshaltung der Jugend und der entscheidende Grund für die geschlechtliche Reinheit. 3. Auflage. (7.—9. Tausend.) 40 Seiten	—.90
10	**Franz Spemann: Die Seele des Musikers.** 3. Aufl. (6.—8. Tsd.) 64 S.	—.90
11	**Paul Humburg: Aus der Quelle des Wortes.** 20 biblische Aufsätze und Ansprachen. 3. Auflage (8.—9. Tausend.) 152 Seiten	1.80
12	**Otto Schmitz, Paul Althaus, Karl Girgensohn: Die Gewißheit der Christusbotschaft.** 2. Aufl. (3. und 4. Tausend.) 64 Seiten	—.90
13	**P. Gruner: Das moderne physikalische Weltbild und der christliche Glaube.** 32 Seiten	—.90
16	**Thea Kant: Anthroposophie und Christentum.** 48 Seiten	—.90
17	**Julius Schniewind: Das Selbstzeugnis Jesu** nach den drei ersten Evangelien. 24 Seiten	—.90
18	**Franz Spemann: Zur Philosophie der Geschichte.** 80 Seiten	—.90
19	**Karl Heim und Paul Althaus: Der Weg zum Herzen Gottes.** Zwei akademische Predigten. 2. Auflage. (4. und 5. Tausend.) 24 Seiten	—.90
20	**Hermann Weber und Joh. Weise: Die Botschaft vom Reich Gottes.** 40 Seiten	—.90
21	**Erich Stange: Zeitgeist und Urchristentum.** 24 Seiten	—.90
22	**Gottlob Schrenk: Stille und Kraft.** Eine Ansprache vor Studenten 2. veränderte Auflage. (6. und 7. Tausend.) 24 Seiten	—.90
24	**Paul Th. Jensen: Die Würde des Menschen.** 32 Seiten	—.90
25	**Adolf Schlatter: Erlebtes.** Mit 7 Bildtafeln. 5. und erweiterte Auflage. (14.—16. Tausend.) 134 Seiten. Halbldwd.	4.30
26	**Gottlob Schrenk: Einflüsse Jesu.** Sechs biblische Auslegungen. 2. Auflage. (3. und 4. Tausend.) 40 Seiten	—.90
27	**Karl Heim: Friede mit Gott.** 3. Aufl. (11.—13. Tausend.) 24 Seiten	—.90
28	**Georg Michaelis: Wirtschaftlicher Wiederaufbau.** 32 Seiten (S.-A. aus dem Werk „Weltreisegedanken")	—.90
29	**Heinrich Rendtorff: Begegnungen mit Jesus,** für Menschen von heute ausgelegt. 3. erweiterte Auflage. Mit dem Hundertguldenblatt Rembrandts. (7.—9. Tausend.) 64 Seiten. Kasch.	1.60
31	**Manfred Björkquist: Die frohe Botschaft der Kirche.** 72 Seiten	—.90
32	**Reinold von Thadden-Trieglaff, Julius Schniewind und Gottlob Schrenk: Christusherrschaft.** 64 Seiten	—.90
33	**Udo Smidt: Regem habemus.** Bilder und Zeugnisse aus der DCSV. 208 Seiten. Kasch. RM 3.60, Halbldwd.	4.50
34	**Otto Schmitz: Vom Wesen des Ärgernisses.** Eine biblische Erläuterung. 2. Auflage. (3. und 4. Tausend.) 24 Seiten	—.90

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

Stimmen aus der deutschen christlichen Studentenbewegung

Heft		RM
35	**Gottlob Schrenk: Christusglaube.** 32 Seiten	—.90
36	**Karl Heim, Paul Gruner, Gottlob Schrenk, Rudolf Grob und Lukas Christ: Die Ehre Gottes.** Vier Vorträge und eine Predigt. 129 S. Kasch.	2.70
37	**Gottlob Schrenk: Die Aneignung des Heils.** 2. Auflage. 24 Seiten	—.90
38	**Otto Schmitz: Wie werde ich mit dem Leben fertig?** 24 Seiten	—.90
39	**Wilhelm Brandt und Johannes Wilkens: Lebensgesetze.** Das Lebensgesetz der urchristlichen Gemeinschaft und das Lebensgesetz der Volksgemeinschaft. 32 Seiten	—.90
40	**Gerhard Jasper: Von Jerusalem nach Rom.** Ein biblisches Missions-Studium. 40 Seiten	—.90
41	**Paul Althaus: Die Krisis der Ethik und das Evangelium.** 40 Seiten	—.90
42	**Gerhard Kittel: Jesus und die Juden.** 40 Seiten	—.90
43	**Gotth. Weismann: Unsere Zukunftserwartung** im Lichte der Schrift. 32 Seiten	—.90
44	**Udo Degenfeld: Jesus in unserem Schülerleben.** Bilder aus einer Jugendbewegung. 3. Auflage. (7. und 9. Tausend.) 96 Seiten	1.80
45	**Frz. Spemann: Von Heinr. W. Riehl bis O. Spengler.** 128 S. Kasch.	3.15
46	**Joh. Hempel: Der alttestamentliche Gott.** Sein Gericht und sein Heil. 64 Seiten	1.35
47	**Emil Brunner: Die Absolutheit Jesu.** 2. Auflage. 28 Seiten	—.90
48	**Theophil Spoerri: Die drei Wege des Erkennens** in Wissenschaft, Dichtung und Offenbarung. 80 Seiten	1.80
49	**Willy Staerk: Das religiöse Leben der westeuropäischen Judenheit,** vornehmlich Deutschlands, und seine Wertung vom christlichen Gottesgedanken aus. 21 Seiten	—.90
50	**Otto Schmitz: Gottes Reich und unsere Tat.** Ein Wort zum Kampf um das rechte Verständnis des Reiches Gottes. 2. Auflage. 64 Seiten	1.35
51	**Walter Vermeil: Geist und Leib.** Unsere Haltung gegenüber dem Leib im Spiegel des Zeitgeistes und des Neuen Testamentes. 32 Seiten	—.90
52	**Martin Schlunk: Das Christentum und die Völker.** Eine Untersuchung über die völkischen und rassemäßigen Ausprägungen des Christentums auf dem Missionsgebiet. 32 Seiten	—.90
53	**Manfred Björkquist: Das Jahr der Kirche.** Andachten und Ansprachen. 136 Seiten Kasch.	3.20
54	**Martin Schlunk: Afrika** im Licht der Weltpolitik und der Weltmission. 16 Seiten	—.90
55	**Heinrich Rendtorff: Gott wartet.** Zehn Reden. 80 Seiten Kasch.	1.80
56	**Einar Billing: Unser Beruf.** Berufsbewußtsein, Berufsgehorsam und Berufssegen des Christen. 54 Seiten Kasch.	1.60
57	**W. Staerk: Alttestamentliche Frömmigkeit und Volkswiederaufbau.** 26 Seiten	—.90
58	**Harmannus Obendiek: Satanismus und Dämonie** in Geschichte und Gegenwart. 72 Seiten Kasch.	1.80
59	**Franz Spemann: Harmonien und Dissonanzen.** Von deutscher Musik und ihren geistigen Hintergründen. 72 Seiten Kasch.	1.60
60	**Fritz Blanke: Der verborgene Gott bei Luther.** 24 Seiten	—.90

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

Stimmen aus der deutschen christlichen Studentenbewegung

Heft		RM
61	**Adolf Köberle: Von der Niedrigkeit Christi.** Bausteine zum Verständnis einer Theologie des Kreuzes. 2., überarbeitete Auflage. 40 Seiten Kasch.	1.—
62	**Gottlob Schrenk: Grundmotive des Glaubens.** 56 Seiten ..... Kasch.	1.35
63	**Karl Stange: Die Herrlichkeit Gottes.** Sechzehn Predigten. 128 S. Kasch.	3.20
65	**Karl Heim: Die neue Welt Gottes.** 4. Auflage. 80 Seiten ..... Kasch.	1.80
66	**Johannes Schneider, Hanns Lilje, Fritz Blanke und Heinrich Rendtorff: Gott und die Geschichte.** Vier Vorträge. Herausgegeben von Reinold von Thadden-Trieglaff. 120 Seiten ..... Kasch.	3.40
67	**Karl Heim und Kakichi Kurosaki: Mystik oder Versöhnung?** Unsere Verpflichtung z. Weltmission. Bekehrung eines Gottlosen. 48 Seiten . Kasch.	1.05
68	**Alfred de Quervain: Theologie und politische Gestaltung.** 32 Seiten ...	—.90
69	**Heinrich Frick: Die politische Sendung der Gemeinde Jesu**	—.90
70	**Gerhard Kittel: Der „historische Jesus".** 24 Seiten	—.90
71	**Paul Althaus: Das Kreuz Christi.** 38 Seiten	—.90
72	**Heinrich Frick: Maranatha! Die verborgene Herrlichkeit Christi** und ihre künftige Enthüllung. 36 Seiten	—.90
73	**Herm. Sasse: Jesus Christus, der Herr!** Das Urbekenntnis der Kirche. 40 Seiten	—.90
74	**Leonhard Fendt: Wir glauben an den Dreieinigen Gott — was ist das?** 60 Seiten	1.80
75	**Friedrich Gogarten: Die Selbstverständlichkeiten unserer Zeit und der christliche Glaube.** 72 Seiten	1.80
76	**Theophil Spoerri: Der Herr des Alltags.** 5. Auflage. 48 Seiten	1.20
77	**Alfred de Quervain: Konfession und Katholizität der Kirche.** 64 Seiten	1.50
78	**Johannes Schneider und Dietrich Bonhoeffer: Das kommende Reich.** Zwei Vorträge: „Die biblische Botschaft vom Reiche Gottes", „Dein Reich komme! Das Gebet der Gemeinde um Gottes Reich auf Erden". 48 Seiten ..... Kasch.	1.—
79	**Erich Schick: Seelsorge an der eigenen Seele.** Ein Kapitel evangelischer Ethik. 48 Seiten ..... Kasch.	1.20
80	**Erich Lotz: Das Leid und die Verwandlung zur Freude.** Ein Gang mit den Leidenden. 64 Seiten ..... Kasch.	1.50
81	**Walter Grundmann: Gott und Nation.** Ein evangelisches Wort zum Wollen des Nationalsozialismus und zu Rosenbergs Sinndeutung. 2. und vermehrte Auflage. 128 Seiten ..... Kasch.	2.—
82	**Johannes Schneider: Die Verkündigung des Paulus.** 32 S. .... Kasch.	1.—
83	**Paul Schütz: Der Anti-Christus.** Eine Studie über die widergöttliche Macht und die deutsche Sendung ..... Kasch.	1.80
84	**Alfred Dedo Müller: Gottes Hausgenossen.** Die Kirche Christi als Urbild menschlicher Lebensordnung. 32 Seiten ..... Kasch.	1.—
85	**Karl Heim: Deutsche Staatsreligion oder evangelische Volkskirche?** 16 Seiten	—.40
86	**Ethelbert Stauffer: Unser Glaube und unsere Geschichte.** Zur Begegnung zwischen Kreuz und Hakenkreuz. 48 Seiten ..... Kasch.	1.20
87	**Erich Lotz: Der Weg nach Innen.** Eine Anleitung zur Meditation für den Menschen der Gegenwart. 48 Seiten ..... Kasch.	1.20

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

Furche-Studien

Studien aus dem Gesamtgebiet theologischer Forschung
und evangelischer Weltanschauung
Herausgegeben von Dr. theol. Hans Lilje (Berlin)

Band 1:

Vorsehung und Vergeltung

Zur Frage nach der sittlichen Weltordnung
von Prof. D. Dr. Willy Staerk (Jena)
127 Seiten. Geheftet RM 4.—, in Ganzleinen RM 5.80

Band 2:

Luthers Geschichtsanschauung

von Dr. theol. Hanns Lilje (Berlin)
160 Seiten. Geheftet RM 5.80, in Ganzleinen RM 6.80

Band 3:

Seele und Religion

Das Problem der Philosophie Friedrich Nietzsches
von Privatdozent Lic. Dr. theol. Wolfgang Trillhaas (Erlangen)
144 Seiten. Geheftet RM 6.—, in Ganzleinen RM 7.80

Band 4:

Der Teufel bei Martin Luther

Eine theologische Untersuchung
von Lic. Harmannus Obendiek (Wuppertal-Barmen)
320 Seiten. Geheftet RM 9.70, in Ganzleinen RM 11.50

Band 5:

Im Ringen um den Geist

Der neue Weg der Literaturwissenschaft
von Dr. Friso Melzer (Tübingen)
192 Seiten. Geheftet RM 6.—, in Ganzleinen RM 7.80

Band 6:

Wirklichkeit als Gefährdung

Eine Studie zu einer Gesellschaftslehre der Krise
von Lic. Dr. Otto Henning Nebe (Breslau)
64 Seiten. In Kaschurband RM 2.40

Band 8:

Die Kirche Jesu Christi und der Staat

Von Prof. Lic. Dr. Friedrich Delekat (Dresden)
232 Seiten. Geheftet RM 5.20, in Ganzleinen RM 5.80

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

Luther in unserer Zeit!

Im Furche-Verlag, Berlin, sind erschienen:

D. Martin Luthers Großer Katechismus

Vollständige Ausgabe, sprachlich durchgesehen und dem Menschen der Gegenwart nahegebracht von Lic. theol. Gottfried Holtz

224 Seiten Text und 16 Seiten Schreibpapier

In Ganzleinen gebunden RM 2.80

Diese neue Ausgabe des Großen Katechismus ist berufen, als Studienbuch für alle kirchliche Schulungsarbeit zu dienen, wie sie durch die heutige Lage geboten ist. Auch ist hier die Forderung nach einer „Laiendogmatik" erfüllt, die in evangelischen Studienkreisen und Kampfringen erobert werden will. Luthers Großer Katechismus spricht in dieser Ausgabe, von Gottfried Holtz zeitgemäß kommentiert, unmittelbar zu dem heutigen Leser.

Luthers Geschichtsanschauung

Von Dr. theol. Hanns Lilje

160 Seiten. Geheftet RM 5.80, in Ganzleinen RM 6.80

„Hier liegt eine Arbeit vor, die sich lebensvoll auf das Denken unserer Zeit und über unsere Zeit auswirken muß. Lilje erreicht in einer klaren überlegenen Form einen Standort für eine gegründete und wesentliche Gegenwartsanschauung."

(„Der Reichsbote")

Der Teufel bei Martin Luther

Eine theologische Untersuchung

von Lic. theol. Harmannus Obendiek

320 Seiten. Geheftet RM 9.70, in Ganzleinen gebunden RM 11.50

„Es ist gewiß, daß diese Untersuchung, wie alles, was von Luther kommt, unser eigenes Glaubensbild sehr zu erhellen vermag, so dunkel auch die Gestalt des Teufels nun in unsrer nächsten Nähe sichtbar wird. Das Buch, dessen Diktion sehr klar und lebendig ist, bietet eine Fülle wertvollster Perspektiven." („Christentum und Wissenschaft")

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

Der weltanschauliche Umbruch

im Spiegel theologischen Denkens!

Im Furche-Verlag, Berlin, ist erschienen:

Das Ende
der humanistischen Illusion

Eine Untersuchung

über die Voraussetzungen von Philosophie und Theologie

von D. Dr. Heinrich Forsthoff

154 Seiten. Geheftet RM 3.90, in Ganzleinen gebunden RM 4.80

Aus dem Inhalt: 1. Erkennen. 2. Anerkennen. 3. Die Abstraktion. 4. Die Sprache. 5. Das System. 6. Humanismus. 7. Geschichte. 8. Gemeinschaft. 9. Ideenverwirklichung. 10. Erziehung und Bildung. 11. Glaube. 12. Theologie.

Kurz vor dem politischen Umbruch erschien dies Werk von Pfarrer D. Dr. Heinrich Forsthoff, das im Philosophischen und Theologischen eine Revolution bedeutet von einem absoluten Radikalismus. Forsthoff stellt gegen das begriffliche Denken des Idealismus und Liberalismus mit unerbittlicher Folgerichtigkeit die Verhaftung an die „konkrete Situation" des geschichtlichen Augenblicks und bahnt damit eine neue Haltung zur Wirklichkeit an. Das Verharren in der „Zuschauerhaltung" ist nach Forsthoff zutiefst unsittlich und muß durch ein bewußtes und wollendes Eintreten in das Kraftfeld der Entscheidungen abgelöst werden. Forsthoff denkt die Gedanken zu Ende, die seit einem Jahrzehnt die Geister in Theologie und Philosophie bewegt haben, und zieht die unvermeidlichen Konsequenzen für das Verständnis des begrifflichen Denkens und der Sprache, des Humanismus, der Gemeinschaft, der Erziehung und Bildung. Glaube und Theologie werden scharf gegen das humanistische Denken abgesetzt. Eine Wandlung von grundlegender Bedeutung kommt hier zu ihrem letzten und wohl endgültigen Ausdruck.

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

Vom Verfasser der vorliegenden Schrift erschien ferner im Furche-Verlag

Das Leid
und die Verwandlung zur Freude

Ein Gang mit den Leidenden. Von Dr. theol. Erich Lotz (Hamburg)

64 Seiten. Kaschurband RM 1.50

Aus dem Inhalt: 1. Der leidende Mensch. 2. Sinndeutungen des Leids: im Buddhismus; im christlichen Mittelalter; bei Kierkegaard; bei Nietzsche. 3. Die Paulinische Lösung: mystische Leidensverbundenheit mit Christus. 4. Der Weg des religiösen Menschen unserer Zeit.

„Noch sehe ich vor mir das Aufleuchten der Sportsfreude in dem feinen Gesicht des kriegsblinden deutschen Studenten, meines Gastes, als wir miteinander die hoch gehende Aare hinunterschwammen. Das jetzt erschienene Büchlein legt Zeugnis ab von einer noch viel tieferen, endgültigen Überwindung des Leids. Was die großen Geister der Menschheit, ein Buddha, die christlichen Asketen, ein Schopenhauer, Nietzsche, Kierkegaard, zur Aufhellung des Leidensrätsels gesagt haben, wird von Lotz auf die Wagschale der Erfahrung gelegt und mit unerbittlicher Hellsichtigkeit geprüft. Und das Ergebnis: Wirkliche Überwindung des Leides, seine Umschaffung zur Freude wird uns nur zuteil in der Kraft des Kreuzes und der Auferstehung Christi. — Dies Büchlein verdient das Brevier vieler leidender Menschen zu werden."

(„Berner Tagblatt")

„Wenn ein Kriegsblinder zu seinen dreitausend deutschen Leidensgefährten spricht, dann können wir andern, die wir noch sehen dürfen, nur andächtig schweigen. Und wenn ein Mann mit einem solchen Leiden, das uns andern unsagbar schwer dünkt, von dem Weg zur Freude spricht, dann verblaßt daneben alle Apologetik und jeder andere Stolz, aber es macht auch uns unseres Gottes froh."

(„Christentum und Wissenschaft")

„Möge das Buch in die Hände recht vieler Kreuzträger kommen, und auch solcher, die wie Nietzsche das Wort vom Kreuz mißverstanden haben!"

(„Das evangelische Hamburg")

Im Furche-Verlag · Berlin NW 7

4
HD